



Groentesoep met gehaktballetjes

Een heldere runderbouillon boordevol wortel, prei, bloemkool en fijne vermicelli, aangevuld met sappige kleine gehaktballetjes. Deze klassieke groentesoep is een vaste waarde op het Vlaamse zondagse middagmaal en warmt van binnen en van buiten.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	25'	4	Soep

Ingrediënten

- 1,5 liter runderbouillon
- 2 wortelen (ca. 200 g), geschild en in kleine blokjes
- 1 prei (ca. 150 g), in dunne ringen
- 100 g bloemkoolroosjes, in kleine stukjes
- 50 g fijne vermicelli
- 250 g mager rundergehakt
- 1 eetlepel paneermeel
- 1 klein ei

zout en versgemalen zwarte peper
een snuf nootmuskaat
1 eetlepel fijngehakte verse peterselie

Bereidingswijze

1. Meng het rundergehakt in een kom met het paneermeel, het ei, een snuf zout, peper en nootmuskaat. Kneed kort maar gelijkmatig door elkaar.
2. Bevochtig uw handen licht met koud water en draai van het gehaktmengsel kleine balletjes ter grootte van een knikker (ongeveer 2 cm doorsnede). Leg ze op een bord en zet even opzij.
3. Giet de runderbouillon in een ruime kookpot en breng op middelhoog vuur aan de kook.
4. Voeg de wortelblokjes en de bloemkoolroosjes toe. Zet het vuur lager zodat de bouillon zachtjes pruttelt en laat 8 minuten garen.
5. Voeg de gehaktballetjes voorzichtig een voor een in de bouillon. Laat ze op een zacht sudderend vuur 8 minuten meekoken tot ze volledig gaar zijn.
6. Voeg daarna de preiringen en de vermicelli toe. Laat nog 4 tot 5 minuten zachtjes koken tot de vermicelli gaar maar nog licht stevig is.
7. Proef de soep en breng verder op smaak met zout en peper. Schep de soep in voorverwarmde diepe borden of kommen, bestrooi met de verse peterselie en serveer onmiddellijk.

Tip

Zorg dat de bouillon niet meer volop kookt op het moment dat u de gehaktballetjes toevoegt. Bij te heftig koken vallen de balletjes gemakkelijk uit elkaar. Een licht trillend, zacht sudderend vuur is de sleutel tot stevige, mooie balletjes en een heldere bouillon.

Lekker met

Snijd een paar sneden stevig boerenbrood of een knapperige pistolet erbij voor een volwaardige lichte maaltijd.

Dranktip

Een glas koud bronwater of een lichte groentebouillon als dorstlesser past perfect bij deze voedzame soep.